

生きる支えになった一言募集

= 「私を元気にしてくれた言葉」 =

(実施期間) 平成 25 年度～

(基金事業メニュー) 普及啓発事業

(実施経費) 平成 26 年度 90 千円

(実施主体) 宮城県角田市

(90 千円)

【事業の背景・必要性】

本市では平成 22 年度に市民 1,111 人を対象としてこころの健康づくりアンケート調査を行った。郵送で回収し、508 名の回答があった。回収率は 45.7%と、予想を上回る関心の高さがうかがえた。

アンケートの結果から、「自ら死のうと考えた経験がある」と答えた人は平均 23%で、特に 20 歳代では高く 41.5%、30 歳代：31%、40 歳代：33.3%、50 歳代：34.6%となっており、平成 24 年版自殺対策白書に掲載された「自殺対策に関する意識調査」の「自殺したいと思ったことがある」20 歳代が 28.4%と 20 歳代の差が顕著であった。

また、保健師の相談業務から、自殺に関する相談の中で幼少期に抱いた「愛されていない」「自信が持てない」などの気持ちを大人になっても引きずっている人が多いという現状や、市教育委員会から、本市の小中学生は、自己肯定感が低い児童生徒が多いとの情報も提供され、保健師が受けた相談者の思いにつながるものであった。そこで、子供たちが自己肯定感を持てるような環境づくりとして、「私を元気にしてくれた言葉」の募集及びこれをまとめた冊子、クリアファイルを児童生徒・保護者・学校関係者等に届ける取組を行った。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

角田市は、仙台市から南に 39 キロに位置し、四方を丘陵に囲まれた盆地で、内陸部にあるため平成 23 年 3 月 11 日の東日本大震災で津波からは免れた。

平成 26 年度末の本市の人口は約 30,600 人で、高齢化が年々進行し、高齢化率は 30.5%に達している。

本市における自殺者数は、平成 12 年から 10 年間について、年間 10 人前後で宮城県の自殺死亡率を上回って推移しており、19 年及び 21 年は県内ワースト 3 位であった。

また、20 歳代で自殺を考えたことのある人の割合が高く、小中学生における自己肯定感が低い点について、今後自殺につながる可能性の高い人が多いとも考えられる。

【事業目標 事業内容】

1、実施目的

子供たちが自己肯定感を持てるような環境づくりとして、子供自身が元気をなくした時や心が傷ついたときに、家族や友人・先生などがかけてくれた「私を元気にしてくれた言葉」を募集した。募集した言葉は、自殺予防普及啓発ファイルに掲載するなどし、小中学生に配布することで保護者が子供の気持ちを理解する助けとする。

2、募集内容

- ・対象者：角田市内の小中学生 4・5・6 年生、中学 1・2・3 年生（計 1,640 名）
- ・形式：記名式
- ・募集時期：冬休み前配布、締め切り 1 月 15 日
- ・募集方法：募集のしおりを対象者全員に配布（校長会での説明、募集依頼、募集のしおり）

2 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す②

- ・記念品：応募者全員に自殺予防普及啓発缶バッチを進呈。

3、選考方法

- ・角田市自殺予防対策推進会議にて、ファイルに掲載する言葉を選出。

4、作品の活用

- ・自殺対策で作成するファイルに各学年から一つを掲載した。
- ・応募いただいたものは、冊子にまとめ対象学年の生徒及び学校に配布。選考結果を Web サイトに掲載し閲覧できるようにした。

「私を元気にしてくれた言葉」は、715 人（43.6%）から応募があった。その多くが身近な家族や先生、友人などからかけてもらった言葉で、「ありがとう」「いつもがんばっているね」「大丈夫だよ」など、「自分が認められている」「必要とされている」と感じられた経験や、心が傷ついた時にかけられた言葉で元気を取り戻した経験などに基づいたものだった。

このような温かいコミュニケーションの積み重ねが子供の生きる力につながっていることがわかった。

これらの「宝物」のような言葉を、多くの方に日常のコミュニケーションの中に取り入れていただけるよう、応募された言葉を全て収めた冊子を対象学年の保護者及び学校の先生方に配布した。

【事業実施にあたっての運営体制】

「私を元気にしてくれた言葉」は角田市自殺予防対策推進会議の中で選考していただくことで、各委員の理解を深め教育委員会、各学校への連絡をスムーズに行うことができた。

【事業の工夫点】

「私を元気にしてくれた言葉」の募集に関しては、教育委員会の協力をいただきながら、一人一人の先生方が主旨を理解し、実施する事ができた。ホームルーム活動や授業としてこの課題に取り組みされた学校もあり、広がり・深まりがあった。

【事業成果及び評価、今後の課題、その他特筆すべき点】

「私を元気にしてくれた言葉」の募集事業をきっかけに学校との連携が強化され、平成 26 年度は中学校 1 校において宮城県の「若年者早期支援事業」を活用することになった。この事業は、精神疾患を発症し始める若年者に対して、精神疾患の正しい知識の習得や差別、偏見を排除することが重要であることを踏まえ、地域住民や教育関係者と連携して普及啓発を促進することにより、発症した場合であっても、早期に医療機関に繋がり、重症化を予防することを目的にしている。学校側では生徒や保護者に対する理解が深まるとともに、敷居が高いと思われる医療との連携が図りやすくなるなどの効果が得られている。

今後は、子供の自己肯定感を高める有効な取組を教育関係者・地域・家庭と連携し、検討・実施していくことが必要と考え平成 27 年度に教育委員会と共催で市内小中学校の職員及び幼稚園・保育所等の職員を対象としたゲートキーパー養成講座を開催する。

そして、今の子供たちが大人になったときに自殺ゼロを実現できる地域になるよう長期的視野にたった継続的な取組を推進していきたい。

(問合せ先) 宮城県角田市役所市民福祉部健康推進課
TEL: 0224-62-1192
E-mail: welpark@Kakuda.miyagi.jp
URL: WWW.city.Kakuda.miyagi.jp/